



組合員と生産者がともに育てあう生協の産直

### よしむら農園

# 環境にやさしい、安全・安心な美味しさ 産直 よしむら農園のお米

## 環境を守り田んぼを育てる 日本の原風景を次世代へ

春はオタマジャクシやツバメ、夏はカエルやホタル、秋にはトンボが田んぼを行き交う…。吉村さんは若狭町で環境にやさしい農業を営み、日本の里山の原風景を守っています。



「日本の環境を守ってきたのは田んぼです。水や空気を浄化する田んぼはダムの役割を果たし、多くの生きものの命を育みます。農薬などを使わなければ、川や海の生きものを守られるんです」と語る吉村さん。農薬や化学肥料、除草剤を使わない農法でエコファーマーや有機JAS、特別栽培米といった認定を受け、あきさかりや黒米などを生育。



### Profile

**よしむら農園 (若狭町)**  
吉村 義彦さん  
春子さん  
約5haの農園のうち、約4haであきさかりや黒米など8品種の米を栽培。有機栽培による梅や野菜の生産も手がけている。

米ぬかや菜種油粕などの原料を1年かけて発酵させた自家製肥料を使うEM(有用微生物)農法や根の浅い雑草を引き抜くチーン除草など、手間と時間をかけて安全・安心で美味しい米を育てています。

「それでも米づくりで一番大事なのは太陽の恵みです。それに、このあたりは山や河川が多く、辰巳の風と呼ばれる南風が吹くなど、環境に恵まれているんですよ」と、吉村さんは自然の力の素晴らしさを語ります。



## 子どもたちに食育を伝える 仲間と交流の輪を深めて

吉村さんは2003年に定年を迎えたとき、セカンドライフとして奥さまの春子さんと一緒に、有機栽培の農業を本格的にスタートしました。「環境にやさしい農業を通じて安全・安心な食べ物を生産する」ことを目標に、行動指針には「楽しく農業をし、田舎を見て遊び、料理し、おいしくいただき、楽しめる仲間を増やす」を掲げました。

米づくりのかたわら、春子さんは小学校などを訪ねて地元の子どもたちに朝ごはんやお米



産直 よしむらさんの黒米・産直 有機JASあきさかり白米  
いずれも 宅 (新米:11月1回(ふくい〜な))

の大切さを紙芝居風のパネルで伝え、食育の大切さを訴求。また、仲間と一緒に有機農業研究会を立ち上げ、同志を増やしています。

県民せいきょうのおつきあいは2004年に始まり、今では登録制の「コープこだわり一番米」も手がけています。また年に数回、産直協議会の交流会を通して組合員のみなさんとふれあい、つながりの輪を広げています。

「三つは農業を使わないから、栄養豊富な黒米を玄米のまま美味しく食べられます」と吉村さん。ご夫婦の熱い想いと、安全・安心で楽しい米づくりは、健やかな食生活の未来へ続いていきます。



▲コープこだわり一番米取扱商品  
「とんほのとんでいる田んぼの米」  
※2019年度の受付は終了いたしました



### 豆知識



ビタミンEやミネラル、繊維質などが豊富な黒米。白米と一緒に炊くときは、白米1合に黒米大さじ1杯の比率で混ぜて洗米し、2~4時間水に浸してから浸け汁と一緒に炊飯します。洗米の際、洗いすぎると栄養が流れ出てしまいますのでご注意ください。  
※8・9ページの黒米レシピもご覧ください

### オススメの食べ方



オススメは、「しょうがの炊き込みごはん」。米4合に、しょうが一塊と人参1本をせん切りにしたもの、しめじ1株、白だしを加え炊飯します。炊き上がったら彩りに青豆少量を加えて。